De 17 Punten Omtrent Gezondheid

Inzichten die helen, en nooit vervelen

Jaouad Yakhlef

De 17 Punten Omtrent Gezondheid

Inzichten die helen, en nooit vervelen

Opgesteld door Jaouad Yakhlef

ꕥ Inleiding ꕥ

Alle lof behoort in de eerste plaats toe aan Allāh, de Heer der Werelden, die mij in staat heeft gesteld dit werk te vertalen en te publiceren. In de tweede plaats danken wij, na Allāh, de betreffende *Shaykh* en schrijver van deze tekst — Shaykh Abū ʿIyāḍ Amjad Rafīq — voor de toestemming om deze vertaling uit te werken en toegankelijk te maken voor een breder publiek dan oorspronkelijk beoogd was.

Dit is een tekst die zowel spirituele als praktische inzichten biedt in gezondheid, ziekte en genezing, vanuit de rijkdom van de islām en de klassieke traditie. De auteur brengt daarbij ook verbanden aan met biochemie. Het is belangrijk te vermelden dat biochemie als discipline binnen de biologie en wetenschap een controversieel karakter heeft, omdat zij gebouwd is op bepaalde aannames en theorieën die niet altijd onweerlegbaar bewezen zijn. Dit doet echter niets af aan de inhoud van dit boekje, dat rijk gevuld is met waardevolle inzichten die voor iedere mens, en des te meer voor iedere moslim, van groot belang zijn om te kennen en te overdenken.

In deze vertaling heb ik er tevens voor gekozen om, naast de bestaande aantekeningen, persoonlijke notities toe te voegen waar nodig. Deze zijn herkenbaar aan mijn initialen in hoofdletters – **JY** – zodat de lezer onderscheid kan maken tussen de originele aantekeningen van de auteur en mijn eigen aanvullingen of verduidelijkingen. De subtitel is overigens door mij toegevoegd om het werk van meer glans te voorzien.

Moge Allāh dit werk tot nut maken voor de *Ummah* en het een middel laten zijn tot beter begrip, bezinning en toepassing van de wijsheid die de profetische en klassieke geneeskunde ons aanreiken.

وَصَلَّى ٱللَّهُ عَلَىٰ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ
سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ ٱلْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ، وَسَلَامٌ عَلَى ٱلْمُرْسَلِينَ،
وَٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَالَمِينَ

Wa Ṣallallāhu ʿAlá Nabiyyinā Moḥammadin wa ʿAlá Ālihi wa Ṣaḥbihi Ajmaʿīn. Subḥāna Rabbika Rabbi al-ʿIzzati ʿAmmā Yaṣifūn, wa Salāmun ʿAlá-l-Mursalīn, wa-l-Ḥamdulillāhi Rabbi al-ʿĀlamīn.

En moge Allāh zegeningen en vrede zenden op onze Profeet Moḥammad, op zijn familie, zijn metgezellen en eenieder die hem volgt, allen tezamen. Verheven is jouw Heer, de Heer van de Majesteit en de Macht, boven datgene wat zij toeschrijven. En vrede zij op de boodschappers. En alle lof zij aan Allāh, de Heer van de werelden.

Jaouad Yakhlef

Tanger, Marokko

Zaterdag 27 *Rabīʿ al-Awwal* 1447H — 20 September 2025

꧁ Voorwoord Auteur ꧂

Geneeskunde wordt normaliter begrepen als de behandeling van ziekte en haar symptomen. Dit is echter een gebrekkig begrip. In vele beschavingen en culturen werd “geneeskunde” eerder opgevat als de wetenschap van het behoud van goede gezondheid. Waar gezondheid aanwezig is, kan ziekte zich niet nestelen en wortelschieten.

In de *islām* heeft de geleerde Ibn al-Qayyim uiteengezet dat geneeskunde drie aspecten omvat, waarvan er twee niet rechtstreeks met ziekte te maken hebben en samen het “grootste deel van de geneeskunde” vormen. In dit korte werk zullen wij deze aangelegenheid onderzoeken.

Abū ʿIyāḍ

Hoofdstuk 1: Wie is de Genezer?

De ***Ṭabīb*** [1] en ***Shāfī*** (Genezer) in werkelijkheid is Allāh.
In de *Ḥadīth* van Abū Rimthah, die tegen de Profeet ﷺ zei: *"Toon mij datgene wat u in uw rug hindert, want ik ben een arts."*

De Profeet ﷺ antwoordde:

"Allāh is de Ṭabīb, jij bent slechts een mens die zachtmoedigheid toont. Zijn Ṭabīb is Degene die het geschapen heeft."[2]

Shamsu-d-Dīn al-Ābādī verklaarde:

"Dat wil zeggen dat jij enkel zachtheid en compassie toont aan de patiënt (door de middelen die je gebruikt), terwijl het Allāh is die hem werkelijk verlichting schenkt en geneest."[3]

Aangezien Allāh de Plaatser is van alle oorzaken en gevolgen, is Hij de ware Genezer. Allāh heeft ingebouwde herstel- en genezingsmechanismen in het lichaam geplaatst die door de geleerden worden aangeduid als ***Quwá*** (innerlijke krachten). Deze mechanismen worden geactiveerd wanneer het lichaam een staat van ziekte binnengaat, door een breed scala aan factoren, en ze manifesteren zich doorgaans als symptomen bij acute aandoeningen. Zo is Allāh de ware Genezer.[4]

Artsen maken slechts gebruik van de kennis die zij hebben verworven van de wegen en middelen. Soms is deze kennis gebrekkig en onvolledig, soms toereikend om genezing te brengen, en soms misleidend en schadelijk.[5]

Sommige geleerden hebben gesteld dat uitsluitend vertrouwen en toevertrouwen aan Allāh, zonder het aangrijpen van medische behandeling, iets voortreffelijker is en een teken vormt van de voltooiing en perfectie van iemands ***Tawakkul*** (vertrouwen op Allāh), en dat ***Du'ā'*** (smeekbede) en ***iltijā'*** (het intensief zoeken van toevlucht bij Allāh in tijden van nood of zwakheid) heilzamer zijn dan het gebruik van medicijnen.[6]

De meeste geleerden echter stellen dat medische behandeling een onderdeel vormt van het vertrouwen op Allāh.

---

[1] *Aṭ-Ṭabīb* behoort niet tot de Namen van Allāh, maar is een beschrijving.

[2] *Ṣaḥīḥ Sunan Abī Dāwūd*, nr. 4207.

[3] *ʿAwn al-Maʿbūd* | Volume 11/262.

[4] Dit is vergelijkbaar met onze uitspraak dat Allāh de Schepper is van de mens en zijn daden, terwijl de mens de uitvoerder van zijn daden is. De ware bron van macht (***Qudrah***), keuze (***ikhtiyār***) en handeling (***ʿAmal***) is Allāh, want Hij heeft die vermogens geschapen en aan de mens geschonken. Zo zijn gezondheid, ziekte en genezing allen scheppingen van Allāh, en Hij alleen is de ware Genezer, terwijl de mens slechts mechanismen onderzoekt en faciliteert die leiden naar herstel en genezing.

[5] Zie bijvoorbeeld: *"Study Suggests Medical Errors Now Third Leading Cause of Death in the U.S."* | hopkinsmedicine.org (3 mei 2016).

[6] Zie Ibn Ḥajar's *Fatḥ al-Bārī* | Volume 10 | Pagina 115.

Hoofdstuk 2: De Wegen naar Genezing Zijn Vele

Shaykh al-Islām Ibn Taymīyah {رحمه الله} stelde vast dat de genezingen voor ziekten niet tot één bepaalde zaak beperkt zijn en dat het onjuist is wanneer artsen dit beweren.

Hij legde uit dat genezing gevonden kan worden in ***Du'ā'*** (smeekbede), medische behandeling, de ingebouwde genezende krachten van het lichaam, de ***Qur'ān***, enzovoort, en dat genezing gewoonlijk niet of altijd slechts aan één zaak verbonden is. Hij zei:

"*Wat betreft de uitspraak van de artsen dat een persoon van deze ziekte niet zal worden verlost behalve door deze specifieke medische behandeling, dit is de uitspraak van een onwetende. Het wordt niet gezegd door degene die kennis van de geneeskunde heeft, laat staan door degene die Allāh en Zijn Boodschapper kent. Want genezing ligt niet besloten in één enkele specifieke oorzaak die gewoonlijk noodzakelijk is.*"[7]

Dit kan begrepen worden uit het feit dat ziekte multifactoriëel en multicausaal is, en dat – vanwege de onderlinge verbondenheid en de onscheidbare aard van alle systemen van het lichaam – de aangrijpingspunten voor genezing eveneens talrijk zijn. Daarom kunnen artsen ziekten behandelen en genezen via verschillende middelen en ingangen.

---

[7] Zie *Majmūʿ Fatāwá* | Volume 24 | Pagina 274

Hoofdstuk 3: Principes van de Geneeskunde Gebaseerd op Experimenteren en Ervaring

De ***Qur'ān*** en de ***Sunnah*** vermelden algemene principes met betrekking tot de geneeskunde. Elke natie of cultuur, zo legt Ibn al-Qayyim uit, heeft zijn eigen benadering van geneeskunde ontwikkeld op basis van zijn unieke omgeving en klimaat, en op wat zij geleerd hebben door ervaring. Binnen de geneeskunde van al deze culturen bestaan er gedeelde, algemene en universele principes.

Het is dus niet zo dat één bepaalde benadering volledig juist of volledig fout is. Het gaat veeleer om het benutten van algemene principes, en vervolgens het zoeken naar genezing op basis daarvan in overeenstemming met wat beschikbaar is in iemands leefgebied en omgeving – hetzij voedingsmiddelen of substanties – en het benutten van hun eigenschappen, naast maatregelen die verband houden met gewoonten en levensstijl.

Hoofdstuk 4: De Drie Universele Principes van Geneeskunde

Tot de universele principes van de geneeskunde die in de ***Qur'ān*** worden genoemd, zoals uitgelegd door Ibn al-Qayyim, behoren:

— het behouden van bestaande goede gezondheid

— het voorkomen en zich onthouden van datgene wat slechte gezondheid veroorzaakt

— het verwijderen van schadelijke stoffen of toxines uit het lichaam (die oorzaken zijn van slechte gezondheid).

Ibn al-Qayyim zei in *al-Ṭibb al-Nabawī*:

«الدواء كله شيئان: حِميةٌ وحفظ صحة»

"*De gehele medische behandeling ligt in twee zaken: preventie [door voorzorgsmaatregelen in dieet, leefomgeving en levensstijl] en behoud van goede gezondheid.*"

Vervolgens legt hij uit dat preventie twee vormen kent:

a) die betrekking heeft op gezonde mensen (opdat zij niet ziek worden), en

b) die betrekking heeft op zieken (opdat zij niet zieker worden).

Hoofdstuk 5: Gezondheid is de Grondslag en het Behoud Ervan is het Grootste Deel van de Geneeskunde

De pilaar (***Aṣl***) is gezondheid, en ziekte is incidenteel (***ʿĀriḍ***). Zolang de gezondheid behouden blijft – en vitaliteit en kracht in de levensenergie aanwezig zijn – kan ziekte zich niet vestigen in het lichaam van een persoon, ondanks de aanwezigheid van oorzaken.[8]

De basis van de mens is dat hij over het algemeen gezond is, en ziekte is iets waaraan hij van tijd tot tijd tijdelijk wordt blootgesteld. Ziekte kan seizoensgebonden zijn en is ook verbonden met voeding, omgeving, gewoonten en levensstijlen.[9]

Daarom is het grootste deel van de geneeskunde voorzorg tegen de oorzaken van slechte gezondheid en het behouden van goede gezondheid, en niet de behandeling van ziekte nadat deze zich heeft voorgedaan.[10]

Verstand, rede en openbaring wijzen er allen op dat het behoud van goede gezondheid het grootste deel van de geneeskunde vormt. ʿAlī b. Ḥasan b. Shaqīq (gest. 215H) zei:

"*En Allāh heeft de gehele geneeskunde samengebracht in slechts een halve* ***Āyah*** *(vers), toen Hij zei:*

'En eet en drink, maar overdrijf niet...' (*Sūrah al-Aʿrāf*, 7:31).[11]

Men dient zorgvuldig over deze ***Āyah*** na te denken. Zij vermeldt het vermijden van buitensporigheid en de noodzaak van evenwicht, en wijst op het slechts innemen van datgene wat het lichaam nodig heeft om voldoende en optimaal te functioneren, zowel in kwaliteit als in kwantiteit.

Samen met de ***Ḥadīth*** van Miqdām ibn Maʿdikarib {رضي الله عنه} over de maag als het slechtste vat dat gevuld wordt, en dat een derde ervan voor voedsel is, een derde voor drank en een derde voor ademhaling – ondersteunt deze ***Āyah*** het homeostase-model van gezondheid en ziekte. Dit model verwijst naar een evenwicht van

alle systemen, een perfecte balans die leidt tot optimale gezondheid en “immuniteit” tegen ziekte.

Ziekte is een verstoring van dit evenwicht. Daarom zijn ziekten “toestanden” en “condities” van het lichaam en geen zelfstandige entiteiten die op zichzelf bestaan.

---

[8] Individuele vatbaarheid voor ziekte is een essentieel factor die het optreden van ziekte bij individuen binnen populaties bepaalt, naar het besluit van Allāh.

[9] Zij die financiële belangen hebben in het veld van geneeskunde hebben baat bij ziekte en bij de seizoenen waarin ziekte toeneemt. Ibn al-Qayyim citeert Hippocrates: *“In de herfst komen ernstige ziekten voor, en de meest dodelijke onder hen. Wat betreft de lente, dat is de gezondste tijd en de minst dodelijke van allen.”* [Ibn al-Qayyim voegt toe:] *“Het is de gewoonte van apothekers en leveranciers van begrafenisdiensten dat zij in de lente en zomer leningen aangaan [om hen te dragen tot] de herfst, die hun lente is. Zij wachten er vurig op en verheugen zich het meest over haar komst.”*(*Zād al-Maʿād*, 4/38).

[10] Helaas is dit het gangbare model van ziekte vandaag de dag, dat grotendeels alleen symptomen behandelt en geen daadwerkelijke genezingen.

[11] Imām Adh-Dhahabī | *aṭ-Ṭibb al-Nabawī* | Pagina 34.

Hoofdstuk 6: Principes van Medische Behandeling

We hebben nu twee van de grootste delen van de geneeskunde genoemd:

— het behoud van goede gezondheid, en

— de preventie van ziekte door voorzorgsmaatregelen.

Wat betreft de behandeling van condities zodra zij zich voordoen, gelden in de geneeskunde de regels dat men eerst de eenvoudigste methoden onderzoekt, namelijk de natuurlijke – en deze bestaan in overvloed voor degene die zoekt en onderzoekt. Men dient zich hierbij te herinneren dat het principe blijft dat de werkelijke onderliggende oorzaak wordt behandeld, en niet slechts de symptomen alleen.[12]

Wanneer dit niet succesvol is, gaat men over op eenvoudige geneesmiddelen, en vervolgens op samengestelde geneesmiddelen. In elke fase weegt men de therapeutische effecten af tegen de schadelijke neveneffecten.

Het is echter van cruciaal belang te benadrukken dat degenen die leven volgens de basisprincipes van gezonde gezondheid op het vlak van dieet, voeding en levensstijl, die vasthouden aan oorspronkelijke, natuurlijke diëten en bewerkte voeding vermijden, slechts kortstondige en milde ziekten zullen hebben die in de overgrote meerderheid der gevallen vanzelf verdwijnen zonder enige behandeling. En indien behandeling nodig is, dan hoeft deze enkel eenvoudig en natuurlijk te zijn, slechts ondersteunend bij het voorbijgaan van de symptomen. Symptomen bij acute ziekten zijn namelijk een onderdeel van de ingebouwde genezingsmechanismen van het lichaam.

Wanneer men zich daarentegen verwijdert naar de leefomgeving van geïndustrialiseerde en kosmopolitische maatschappijen, naar welvarende samenlevingen met een overvloed en verscheidenheid aan voeding die arm is aan kwaliteit, met slechte gewoonten en schadelijke levensstijlen, dan worden ziektebeelden complexer, chronischer van aard en moeilijker te behandelen.

In dergelijke maatschappijen mag men dan soms genieten van langere levensverwachtingen, maar de toestand van gezondheid zal minderwaardig zijn. Ziekten zullen er vaak chronisch zijn en voortdurende en meer ingrijpende behandelingen vereisen.[13]

---

[12] Elk model van geneeskunde dat uitsluitend is opgebouwd rond het behandelen van symptomen is **niet** werkelijk gericht op genezing en is een schadelijk en misleidend model. Het gevolg is dat ziekten zullen toenemen en blijven bestaan in maatschappijen waar een dergelijk model wordt toegepast. Het "allopathische" model is tegenwoordig dominant en richt zich op symptoombestrijding in plaats van daadwerkelijke genezing.

[13] Zoals chirurgie, antibiotica en krachtige geneesmiddelen met schadelijke bijwerkingen, enz.

Hoofdstuk 7: Artsen en het Gehele Lichaam van de Geneeskunde

Uit het voorgaande blijkt dat wat wij tegenwoordig in beperkte zin begrijpen onder "geneeskunde", en zoals beoefend door de meeste artsen, niet het gehele lichaam van de geneeskunde omvat volgens de universele principes van de geneeskunde die in de ***Qur'ān*** zijn vermeld en die **duizenden** jaren lang bekend waren in *alle* beschavingen en culturen.

Het grootste en beste deel van de "geneeskunde" zijn de twee eerder genoemde principes. Daarom moeten wij duidelijk zijn dat wanneer wij het woord "geneeskunde" gebruiken, wij niet slechts doelen op het "nemen van medicijnen". Iedere persoon, moslim of niet, die denkt dat "geneeskunde" beperkt is tot synthetische geneesmiddelen of chirurgie, kent noch de geneeskunde noch wat Allāh heeft geopenbaard, zoals Ibn Taymīyah reeds heeft aangestipt.

Geneeskunde is namelijk veel breder. Haar grondslag is preventie en het beschermen van de bestaande gezondheid. De oorzaken van genezing zijn gevarieerd en talrijk, en omvatten ook het zuivere vertrouwen op Allāh als een middel op zichzelf.

Hoofdstuk 8: Het Volgen van de Geneeskunde van de Profeet ﷺ

Op die grondslag is het onjuist dat mensen kritiek leveren op een benadering van gezondheid die gebaseerd is op deze principes.

De geneeskunde van de Profeet ﷺ is gegrondvest op de basisprincipes van het behouden van goede gezondheid en het voorkomen van slechte gezondheid – aangezien dit het beste en meest verheven deel van de geneeskunde vormt.

Het is dan ook **niet** toegestaan dat iemand kritiek uit op deze benadering of op iemand die dit pad volgt, wanneer hij of zij een eenvoudig, uitgebalanceerd en zuiver dieet kiest en een gezonde levensstijl die gebaseerd is op de profetische leiding.

Wel moet worden vermeld dat de profetische geneeskunde slechts effectief is voor degenen die daadwerkelijk een bepaalde levensstijl en dieet volgen. Men kan de regels en principes van gezonde gezondheid niet schenden en vervolgens verwachten dat de profetische geneeskunde zijn of haar ziekten zal genezen, terwijl men tevoren niet volgens de principes van het behoud van gezondheid en de voorzorg tegen ziekte heeft geleefd.

Hoofdstuk 9: De Basisfundamenten van Gezondheid

De fundamenten van dit alles kunnen worden teruggebracht tot de volgende elementen:

Elementen die de inname in het lichaam betreffen:

1. Zuivere, heilzame en schone lucht om in te ademen.

2. Zuiver, heilzaam en schoon water om te drinken.

3. Zuiver, heilzaam, schoon en natuurlijk voedsel, uitgebalanceerd in zowel kwaliteit als kwantiteit, dat optimale voeding verschaft.[14]

Bovengenoemde drie zaken zijn wat wij in ons lichaam brengen en zij zijn datgene wat ons in leven en gezond houdt.

Daarbij komt:

4. Het vermijden van giftige elementen, deeltjes en krachten[15] in al hun vormen en soorten, in lucht, water en voedsel.

Ziekte ontstaat door ondervoeding en vergiftiging, door schendingen van de eerste vier elementen, samen met andere factoren die daarop volgen.

Dan de lichamelijke aangelegenheden, zowel uiterlijk als innerlijk:

5. Het handhaven van hygiëne en reiniging, waarbij vermeden wordt:

— nalatigheid die tot schade leidt, of

— buitensporigheid die tot influisteringen (***Waswasah***) leidt.

6. Regelmatige lichaamsbeweging die stagnatie in bloedcirculatie en lymfestroom voorkomt.[16]

En vervolgens de zaken die betrekking hebben op ziel, hart en verstand:

7. Tevredenheid en het behouden van een gelukkige, optimistische levenshouding, terwijl men langdurige perioden van stress, angst, bezorgdheid en andere schadelijke emoties vermijdt. Dit wordt bereikt door **Tawḥīd** (monotheïsme), **Īmān** (JY: het werkelijk geloof in Allāh dat het hart bevestigt, de tong uitspreekt en de ledematen verrichten in daden, waarbij het toeneemt door gehoorzaamheid en afneemt door ongehoorzaamheid), goede daden en vertrouwen op Allāh (***Tawakkul***).

De uiteindelijke hoofdoorzaak van ziekte keert echter terug naar:

8. Zonden en ongehoorzaamheid, die vermeden moeten worden.[17]

Hoe eenvoudig dit ook mag lijken, de formule voor gezondheid ligt in deze fundamenten. Ziekte ontstaat wanneer deze fundamenten worden geschonden. Als je je gezondheid (of ziekte) analyseert vanuit het perspectief van het naleven of schenden van deze acht punten, zul je de snelste weg vinden naar het verwijderen van ziekte en het bereiken van het hoogtepunt van gezondheid, met de toestemming van Allāh.

---

[14] Moderne diëten zijn doorgaans onnatuurlijk, chemisch belast, ontdaan van vitaliteit en leiden tot chronische voedingsdeficiënties en toxische belasting, en vervolgens tot ziekten. Daarbij eten mensen te veel, waardoor onnodige druk op het lichaam wordt gelegd bij de verwerking van overtollig, ontoereikend voedsel. Dit veroorzaakt vroegtijdige veroudering en ophoping van afvalstoffen en schadelijke materialen in het lichaam, waardoor ingebouwde programma's zoals "verkoudheid" en "griep" geactiveerd worden om deze onevenwichtigheden te corrigeren.

[15] Dit omvat de verschillende vormen van schadelijke straling.

[16] Het bloed en de lymfe zijn respectievelijk toevoer- en afvoersystemen, vergelijkbaar met de watertoevoer in een huis en het rioleringssysteem naar buiten. De toestand van bloed en lymfe en hun vermogen tot doorstroming hebben een grote invloed op gezondheid, vitaliteit en ziekte.

[17] Ongetwijfeld moeten wij aan de oorzaken van slechte gezondheid de factor van zonden en ongehoorzaamheid toevoegen. Sommige details en mechanismen van deze oorzakelijkheid zijn ons geopenbaard in de ***Qur'ān*** en de ***Sunnah***, en andere blijven verborgen in de kennis van Allāh.

Hoofdstuk 10: Het Verdienmodel van de Moderne Farmaceutische Industrie

De moderne allopathische geneeskunde die door farmaceutische bedrijven wordt gepromoot, is gebaseerd op de behandeling van ziektesymptomen. Voor de uitbreiding van haar markten vereist dit model dat steeds meer mensen ziek zijn. Daarom bevordert en creëert het actief ziekte, om zo de groei en continuïteit van de winsten te waarborgen.

De oorsprong hiervan ligt bij de grote olie-industrieën van de 19e eeuw. Tegen het midden van de 20ste eeuw hadden zij vrijwel alle onderwijsinstellingen, universiteiten en medisch onderzoek gedomineerd en de natuurlijke en holistische systemen van geneeskunde ondermijnd. Zij slaagden erin het begrip geneeskunde volledig te veranderen van wat het duizenden jaren lang was geweest naar wat wij nu kennen en wat "orthodoxe, conventionele geneeskunde" wordt genoemd, terwijl zij in werkelijkheid onorthodox is.

Wie die geschiedenis bestudeert – en zij is in detail gedocumenteerd voor wie de juiste boeken kan vinden – zal ontdekken dat het gehele doel was om enorme, wereldwijde markten te creëren voor deze nieuwe, beperkte opvatting van geneeskunde, die bestond uit synthetische geneesmiddelen (bijproducten van de olie-industrie) en eveneens vaccins.

Zij waren zeer succesvol: zij richtten instellingen op en creëerden regelgevende organen om het monopolie en de wurggreep die vandaag bestaan tot stand te brengen. De geneeskunde zelf is ziek geworden, onder het juk van corruptie, en veranderd in een oligarchie, een monopolie en een handelssysteem. Zij is grotendeels gebaseerd op vaccins en synthetische geneesmiddelen. De eerste verzwakken het lichaam en vergiftigen zijn gezonde constitutie, wat leidt tot chronische ziekten; de tweede zijn louter gericht op symptoombestrijding en niet op genezing, en werken volgens het principe: *"Een genezen patiënt is een verloren*

klant.” Medische bedrijven zijn verplicht winst te maken voor hun investeerders, niet om zieke mensen te genezen.

Moslimgeleerden hebben vele eeuwen geleden al over deze aangelegenheden gesproken. Zij wezen erop dat er destijds vergelijkbare commerciële monopolies en criminele ondernemingen waren opgericht, en zij betreurden het feit dat de Mensen van het Boek (**JY:** joden en christenen) en anderen de overhand hadden gekregen in deze velden, tot groot nadeel van de moslims.

Abū al-Muḍhaffar al-Surramarrī al-Ḥanbalī (gest. 772 H), een leerling van Shaykh al-Islām Ibn Taymīyah, schreef in zijn boek *Shifāʾ al-Ālām:*[18]

“Toen ik zag dat de sleutels (schatten) van het vak geneeskunde — Ṣināʿat aṭ-Ṭibb — waren ***overgenomen*** *door degenen die niet geloven, van Ahl al-Kitāb (de Mensen van het Boek) en de Mushrikūn (polytheïsten), en dat de Munāfiqūn (huichelaars) van deze Ummah (moslimgemeenschap) het eveneens hadden gegrepen, en dat de mensen van Kufr (ongeloof), Fisq (zondigheid) en ongehoorzaamheid de zoeker [van deze kennis] hadden* ***overmeesterd****, en dat het een* ***commercieel monopolie*** *was geworden onder de misdadigers van verschillende religies, riep ik met de tong van nederigheid en overgave:*

‘O Allāh, tot U is de klacht en van U wordt hulp gezocht.’”

Vandaag de dag zijn moslims in overweldigende mate afhankelijk van niet-moslims in deze velden en hebben zij vele van de theoretische en speculatieve grondslagen van de moderne geneeskunde overgenomen.

Dit betekent niet dat er geen positieve aspecten zijn aan de moderne geneeskunde. Er zijn vele positieve aspecten, maar deze liggen meestal op het gebied van spoedeisende zorg en specialismen.

---

[18] Manuscriptvorm, ongepubliceerd

Hoofdstuk 11: Gezondheid en Ziekte

Degenen die door het onderwijssysteem gaan, diploma's behalen en arts of huisarts worden, krijgen de indruk dat wat hun wordt onderwezen de enige geloofwaardige vorm van geneeskunde is, omdat zij gebaseerd zou zijn op bewijzen en feiten. Er bestaat echter geen enkel wetenschappelijk bewijs dat aantoont dat dit (JY: de gebruikte methode) de enige manier is om geloofwaardige, waardevolle en bruikbare kennis vast te stellen.

Beschavingen hebben duizenden jaren lang geneeskunde empirisch en effectief toegepast, lang vóór het moderne tijdperk van de gerandomiseerde gecontroleerde proef en het zogenoemde peer-review-systeem, dat in werkelijkheid een verfijnd middel is geworden om nieuwe ontdekkingen te onderdrukken en marktverstoring te voorkomen.

Verder wordt ziekte niet gedefinieerd als het ontbreken van het gebruik van farmaceutische medicijnen of het niet-gevaccineerd zijn.[19]

Goede gezondheid is daarentegen een combinatie van de juiste voedingsstoffen in het lichaam in de juiste hoeveelheden en de afwezigheid van gifstoffen, samen met een gezonde levensstijl, zowel mentaal als fysiek. Het behouden hiervan stelt de biochemie van de cellen in staat optimaal te functioneren.

Op mechanistisch niveau herleidt elke ziekte zich uiteindelijk – op moleculair niveau – tot ofwel een tekort aan specifieke voedingsstoffen, ofwel de aanwezigheid van gifstoffen.[20] Beide verstoren de cel biochemie en de biochemische processen en vormen de basis voor ziektebeelden waarvan de uitingsvormen zullen variëren van persoon tot persoon. Ziekte kan in grote lijnen worden teruggebracht tot deze twee fundamentele oorzaken: ondervoeding en/of vergiftiging.

[19] Het nieuwe instrument voor marktuitbreiding in de 21ste eeuw is het model van de “infectieziekten”, een gemilitariseerd concept van besmetting dat gebruikt wordt om angst te zaaien en vraag op regeringsniveau naar vaccins te creëren, waardoor men populaties van miljarden kan bereiken in plaats van tienduizenden of miljoenen.

[20] In principe ontstaat ziekte bij de mens echter door zonde en ongehoorzaamheid, en dit is een van de vele manifestaties van zonde. Daartoe behoren ook hongersnood, oorlog en de tirannie van de heerser, naast andere.

Hoofdstuk 12: Geneeskunde door de Lens van ‘Gezondheid’ en ‘Ziekte’

Uit het voorgaande blijkt dat er twee visies op geneeskunde bestaan.

De eerste visie is dat de kwestie van gezondheid en geneeskunde grotendeels een persoonlijke verantwoordelijkheid is, omdat zij gegrondvest is op het behouden van bestaande goede gezondheid en het voorkomen van datgene wat schadelijk is voor de gezondheid – twee fundamentele principes van de geneeskunde die in de ***Qurʾān*** worden aangestipt.

Dit betekent dat een persoon zorgt voor optimale voeding, zodat de biochemie van de cel op het hoogste niveau functioneert. Evenzo zorgt men voor het vermijden van alle schadelijke elementen, zoals toxines en verontreinigingen (chemisch, biologisch, elektromagnetisch, industrieel, ecologisch enz.).

Wanneer ziekte optreedt, wordt zij behandeld in een reeks stappen, te beginnen met de eenvoudigste, natuurlijke en onschadelijke remedies (d.w.z. zonder ernstige bijwerkingen die meer ziekte veroorzaken) voor zover deze beschikbaar zijn. Daarna kan men, indien nodig, overstappen op andere behandelingen. Deze visie draait om **“gezondheid”**.

De tweede visie negeert grotendeels de onderliggende oorzaken van ziekte en richt zich vooral op de symptomen, die men bestrijdt door middel van medicatie. Deze visie draait om **“ziekte”**. De eerste visie is gebouwd op de universele principes van geneeskunde. De tweede daarentegen is feitelijk een grootschalige, georganiseerde, commerciële onderneming die is opgezet door grote farmaceutische bedrijven. Hun doel is dat individuele gezondheidsvrijheid wordt afgeschaft en dat iedereen afhankelijk wordt gemaakt van hun medicijnen – niet voor genezing, maar om voortdurend symptomen te verbergen en te maskeren.

Omdat deze bedrijven het onderwijs en onderzoek domineren, produceren zij artsen en specialisten die uitsluitend binnen deze **tweede** visie kunnen denken en handelen. Daarom kunnen zij slechts bepaalde behandelingen aanbieden en is het hun verboden zich op andere gebieden te begeven, op straffe van intrekking van hun medische licentie. Dit vormt duidelijk bewijs dat het functioneert als een commercieel monopolie.

Hoofdstuk 13: Gezondheidsvrijheid en de Zoektocht naar Genezing

Kort gezegd: het is niet toegestaan dat iemand eisen stelt of erop aandringt dat een persoon een bepaalde behandeling moet gebruiken, aangezien het oordeel over medische behandeling hooguit is dat zij aanbevolen (***Mustaḥabb***) is, zo niet slechts toegestaan (***Mubāḥ***) – en volgens sommige geleerden slechts in beperkte omstandigheden verplicht (***Wājib***).

Bovendien bestaat er geen vastgelegde, door de ***Sharīʿah*** bepaalde methode in de geneeskunde, aangezien genezing niet besloten ligt in één enkele zaak, en de dienaren juist worden aangemoedigd om genezingen te zoeken. Het is daarom niet toegestaan dat iemand een persoon verhindert om maatregelen te nemen voor het behoud van goede gezondheid of om genezing te zoeken voor ziekten via wegen en middelen die niet gebaseerd zijn op de enge, beperkte visie op geneeskunde – bijvoorbeeld het gebruik van zeer sterke synthetische geneesmiddelen die enkel symptomen maskeren en een tijdelijke illusie van genezing geven, of het vaccinatieprogramma dat wordt ondersteund door mythologie, fraude en pseudowetenschap.

Hoofdstuk 14: Levensstijlkeuzes en Gezondheid, Ziekte en Genezing

Uiteindelijk komt de zaak neer op **levensstijlkeuzes**.

Afhankelijk van de keuzes die iemand maakt in zijn levensstijl, zal hij vatbaar zijn voor verschillende soorten ziektebeelden. Als men de juiste keuzes maakt ten aanzien van het behoud van gezondheid en de preventie van ziekte, dan zal men slechts geconfronteerd worden met acute (kortdurende) en eenvoudige ziekten die gemakkelijk te behandelen zijn. Zo niet, dan zal men geconfronteerd worden met chronische (langdurige) en systemische ziekten die moeilijk te genezen zijn, tenzij men ingrijpende, langdurige veranderingen in de levensstijl doorvoert, naast het nemen van zware behandelingen.

Symptomen daarentegen kunnen gedurende iemands hele leven beheerd worden, en dit is het voorkeursmodel van ziekte voor de bedrijven die gespecialiseerd zijn in ziekte (en niet in gezondheid). Hun verdienmodel is immers afhankelijk van het bestaan van zieke mensen. Als je dit begrijpt, zul je de kern van de hedendaagse “geneeskunde” doorgronden.

Hoofdstuk 15: De Kennis van Gezondheidsbehoud

Samenvattend spoor ik alle mensen aan om deskundig te worden in het behouden en bestendigen van goede gezondheid en het voorkomen van slechte gezondheid. **Er bestaat geen monopolie op deze kennis. Zij is open en toegankelijk voor iedereen.** Wanneer je dit doet, heb je het grootste deel van de geneeskunde, zoals aangeduid in de ***Qur'ān***, onder de knie. Een deskundige zijn in "gezondheid" – in de zin van weten hoe je lichaam, ziel en verstand gezond blijven – **vereist geen grote diploma's, certificeringen, dubbelblinde studies** enzovoort.

Elke cultuur en beschaving weet reeds, door empirisch bewijs en ervaring, wat goede gezondheid bewaart en wat ziekte voorkomt op het vlak van voedsel, drank, gedrag, levensstijl en gewoonten en voorzorgsmaatregelen. De biochemie van het lichaam is tegenwoordig bovendien goed bekend en onderzocht, zodat weloverwogen en onderbouwde keuzes gemaakt kunnen worden over diëten, supplementen, behandelingen en geneeswijzen.

De moderne geneeskunde onderwijst dit niet in detail, omdat zij zich niet specialiseert in gezondheid. Zij specialiseert zich in ziektebeelden, want ziektebeheer (niet genezing) is waar het grote geld ligt. Daarom specialiseert zij zich in ziekte, niet in gezondheid. Wanneer je het beste deel van de geneeskunde, namelijk de gezondheid, beheerst, zul je slechts eenvoudige remedies nodig hebben. Als je dit echter niet beheerst, zul je behandeld worden met synthetische medicijnen die gewoonlijk op elkaar gestapeld worden en je verdere ziekten bezorgen in het proces.

Wanneer je daarentegen vitaliteit en kracht in lichamelijke gezondheid opbouwt door het juiste dieet, juiste gewoonten en levensstijl, en door een sterke overtuiging in het besluit van Allāh, positieve emoties en een optimistische houding, terwijl je bijgeloof en angst vermijdt en volledig vertrouwt op Allāh, dan zul je gered worden van veel onnodige zorgen, angsten en schade, en van een leven in angst voor "infectieziekten" die voortdurende vaccinaties en boosters zouden vereisen.

Shaykh Ibn al-ʿUthaymīn zei:[21]

"Emoties hebben een groot effect op de verzwakking van een persoon. Soms denkt een gezonde persoon dat hij ziek is en daardoor wordt hij ziek. En soms negeert een zieke zijn ziekte en wordt hij gezond. Zo heeft de ziel, wanneer zij emotioneel door iets wordt beïnvloed, een verregaand effect."

Vergelijkbare observaties zijn in het verleden gemaakt door moslimgeleerden zoals al-Qurṭubī en Ibn al-Qayyim, en dit is een bekend en vastgesteld feit bij de beste ervaren artsen.[22]

---

[21] *al-Qawl al-Mufīd* (Dār al-ʿĀṣimah: Riyāḍ, 1415 H), 1/169.

[22] Dr. Henry D. Littlejohn uit Edinburgh, medisch officier van de Scottish Board of Health gedurende 46 jaar vanaf 1862, schreef: *"Gedurende vijfentwintig jaar ben ik actief betrokken geweest bij sanitair werk, en heb ik, met een zeer beperkt personeel, ernstige uitbraken van cholera, pokken, koorts, roodvonk, mazelen en kinkhoest moeten bestrijden. Toch heb ik in die periode, ondanks dat ik een groot gezin heb grootgebracht, nooit één van deze ziekten overgedragen aan mijn kinderen of huisgenoten. Evenmin ben ik mij ervan bewust dat een van de vele sanitaire inspecteurs die onder mij werkten ooit een van deze ziekten heeft opgelopen of overgedragen tijdens de publieke dienst. Leven in voortdurende angst voor besmetting is een van de zekerste manieren om een aanval uit te lokken. Het is een populaire, en naar mijn mening ware, uitspraak met betrekking tot cholera dat de angst ervoor meer mensen doodt dan de plaag zelf. Dit geldt evenzeer voor andere vormen van infectie. En de sanitaire inspecteur moet, om een effectief openbaar dienaar te zijn, overtuigd zijn van dit fundamentele feit: dat infectieuze kiemen van welke soort dan ook geen macht hebben om een gezond individu met succes aan te tasten."* (*Report by Dr. Littlejohn*, *The Poor Law Magazine and Parochial Journal*, vol. VIII, 1880, Edinburgh, pp. 309-311).

Hoofdstuk 16: De Voordelen van de Moderne Geneeskunde

Om niet verkeerd begrepen te worden: er zijn vele positieve en verbazingwekkende aspecten van de moderne geneeskunde, een enorm veld op zichzelf, die geprezen moeten worden, vooral op het gebied van spoedprocedures. Onze bespreking hier gaat grotendeels over chronische ziektebeelden en de modellen van infectieziekten die de enorme markten voor de farmaceutische industrie creëren. Het gaat dus niet over elk aspect van de moderne geneeskunde.

Daarnaast zijn er wereldwijd duizenden conventioneel opgeleide artsen die, door hun openheid van geest, verder zijn gekomen dan hun initiële opleiding en scholing, en tot de inzichten en punten zijn gekomen die hierboven zijn aangestipt. Niets van wat hier is gezegd kan niet ondersteund en bevestigd worden, hetzij door religieuze teksten, hetzij door de meningen en inzichten van hooggekwalificeerde deskundigen.

Ik ken persoonlijk artsen, onder mijn familie en daarbuiten, die het volledig eens zijn met hetgeen hier is vermeld. Helaas zijn er ook anderen die alles geloven wat hun is onderwezen en menen dat iedereen verplicht is ***Taqlīd*** (JY: blindelings volgen) te doen van de moderne geneeskunde, net zoals de blindvolgers van de ***Madhāhib*** (wetscholen van islamitische rechtsleer) eisen dat men ***Taqlīd*** doet van hun ***imām*** en hun ***Madh-hab***. Vaak gaat dit bovendien gepaard met een zekere mate van arrogantie.

Hoofdstuk 17: De Bekrompenen die de Ruimdenkenden Oproepen om Bekrompen te Worden

Een van de wapens die gebruikt worden door degenen die stevig geloven in het moderne paradigma van geneeskunde om hen het zwijgen op te leggen die dit paradigma niet erkennen of bevestigen, is het etiket "kwakzalverij". **Moslims die dit label gebruiken bevinden zich in groot gevaar**, want als zij consequent zouden zijn, zouden zij – vanwege hun onwrikbare geloof in dit paradigma – gedwongen worden om vele van de geneeswijzen en behandelingen die in de ***Qur'ān*** en ***Sunnah*** worden vermeld eveneens als "kwakzalverij" te beschouwen!

Dit komt voort uit hun misvatting over wat "geneeskunde" werkelijk is, aangezien zij zijn opgeleid om het beste deel van de geneeskunde, zoals wij hierboven hebben uitgelegd, te verwerpen en te negeren.

Dit werk laat zien dat ware geneeskunde begint met het behouden van gezondheid, het voorkomen van schade en het in balans brengen van lichaam en ziel met goddelijke leiding. Een kernachtig maar diepgaand boekje dat Inshāʾ Allāh nieuwsgierigheid wekt bij iedere lezer – moslim of niet – die zoekt naar helderheid in een wereld vol ziektes en pillen.